

【美】杰米·左拉 著 / 薛勇 译



- 1.
- 2.
3. *ojo*
- 4.
5. Verde
6. *Amor*
7. Azul
8. *My*
9. *Bleu*
- 10.



# ILLUSTRATION

# 插画中的清单妙计

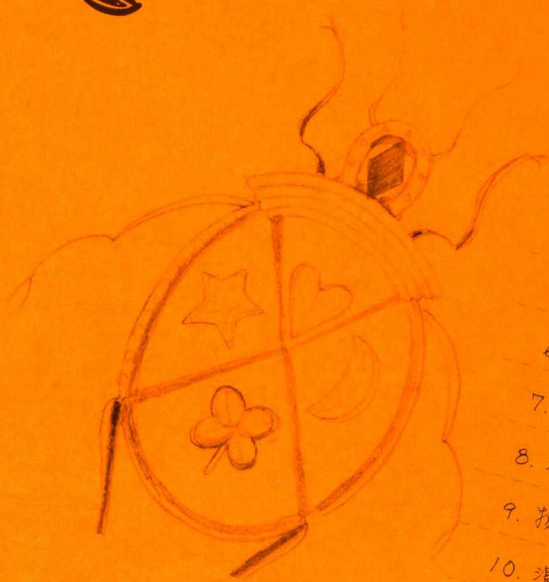
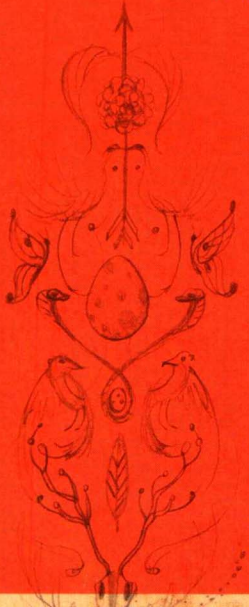
## 58个创意插画手账清单



创意人士是  
如何产生  
奇思妙想的？



上海人民美術出版社



1. 飞行中的大黄蜂 (Flying Bumblebee)
2. 马术金牌 (Rodeo Gold)
3. 鱼子酱 (Caviar Star)
4. 另一个香奈儿 (The Other Chanel)
5. 知识分子红 (Intellectual Red)
6. 昂贵液体 (L' eau D' arge)
7. 镀金 (Gilt)
8. 洛可可式狂野 (Rococo Wilder)
9. 物质过剩的社会 (Plenty)
10. 温文尔雅 (Polite)

ILLUSTRATION

# 插画中的清单妙计

58个创意插画手账清单

【美】杰米·左拉 著 / 薛霓 译

上海人民美術出版社



## 图书在版编目 (CIP) 数据

插画中的清单妙计 : 58个创意插画手账清单 / (美)杰米·左拉著 ; 薛霓译. -- 上海 : 上海人民美术出版社, 2018.1

(创意实验室)

书名原文: Illustration ISBN 978-7-5586-0632-8

I. ①插… II. ①杰… ②薛… III. ①插图(绘画)—绘画技法 IV. ①J218.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第288829号

© 2016 by Quarry Books, an imprint of Quarto Publishing Group USA Inc.

Chinese Text © Shanghai People's Fine Arts Publishing House

All rights reserved. No part of this book maybe reproduced in any form without written permission of the copyright owners. All images in this book have been reproduced with the knowledge and prior consent of the artists concerned, and no responsibility is accepted by the producer, publisher, or printer for any infringement of copyright or otherwise, arising from the contents of this publication. Every effort has been made to ensure that credits accurately comply with information supplied. We apologize for any inaccuracies that may have occurred and will resolve inaccurate or missing information in a subsequent reprinting of the book.

Copyright manager: Mimo Xu

本书的简体中文版经 Quarto 出版集团授权, 由上海人民美术出版社独家出版。版权所有, 侵权必究。

合同登记号: 图字: 09-2017-691

## 插画中的清单妙计 : 58 个创意插画手账清单 (创意实验室系列图书)

著 者:【美】杰米·左拉

译 者:薛霓

责任编辑:徐捷

执行编辑:钱吉苓

装帧设计:刘旻

封面设计:陈洁

技术编辑:季卫

文字整理:莫芸素

出版发行:上海人民美术出版社

(上海长乐路 672 弄 33 号)

邮编:200040 电话:021-54044520

网 址:www.shrmms.com

印 刷:广东省博罗县园洲勤达印务有限公司

开 本:700×910 1/12 12 印张

版 次:2018 年 2 月第 1 版

印 次:2018 年 2 月第 1 次

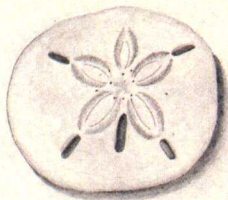
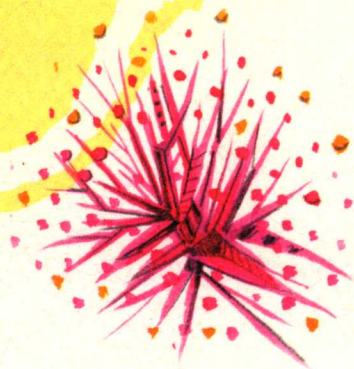
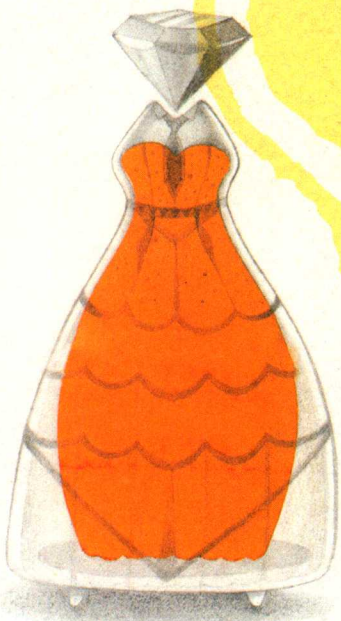
书 号:ISBN 978-7-5586-0632-8

定 价:58.00 元

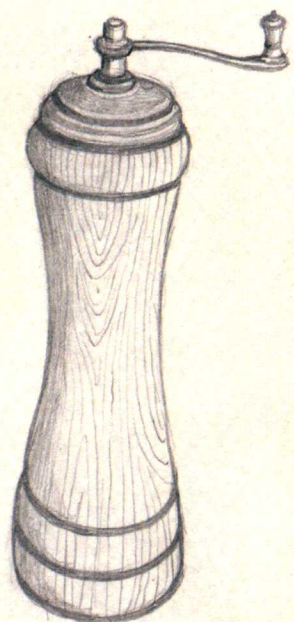




# 目录







介绍 8

手账样品清单 18

新手手账清单 38

自创手账清单 54

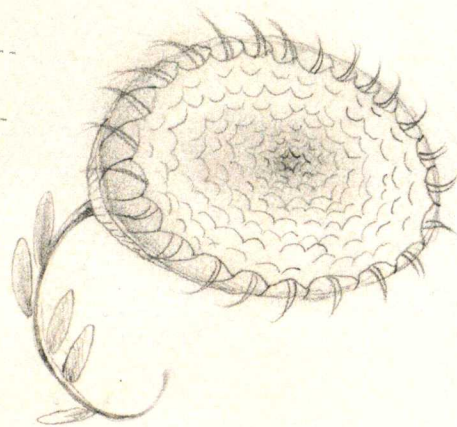
嘉宾清单 76

后续步骤 122

贡献者 134

感谢 137

关于作者 139



ILLUSTRATION

# 插画中的清单妙计

58个创意插画手账清单

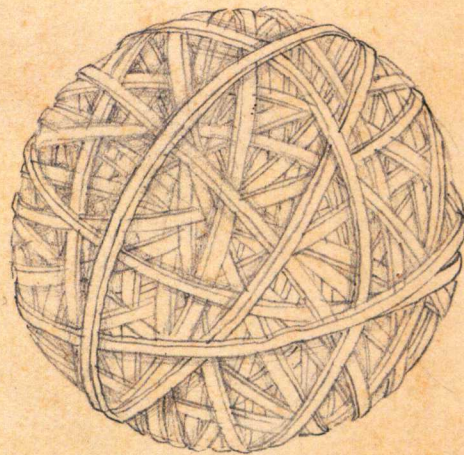
【美】杰米·左拉 著 / 薛霓 译

上海人民美术出版社

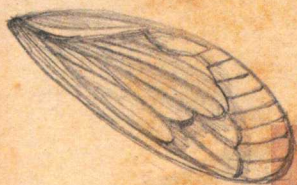




# ILLUSTRATION







谨以此书献给所有乐于尝试、  
喜欢创造乐趣、  
勇于挑战自我的人。



Verde

Mentha

Asak



杰米·左拉









谨以此书献给所有乐于尝试、  
喜欢创造乐趣、  
勇于挑战自我的人。

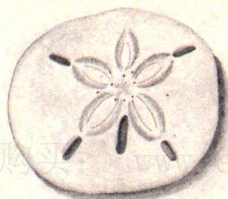
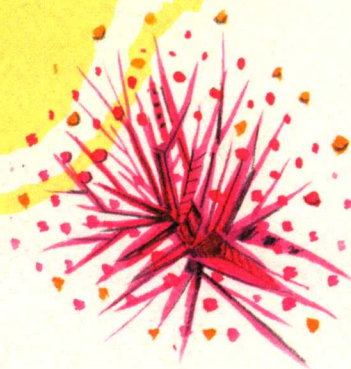
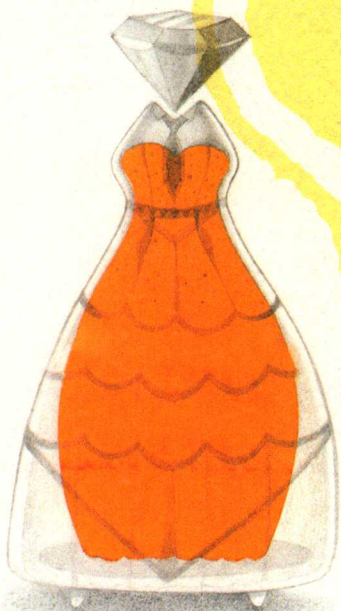
——杰米·左拉



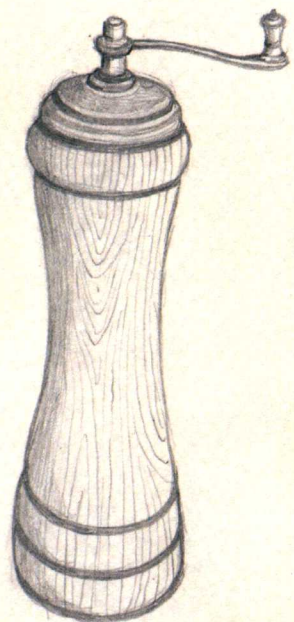




# 目录







介绍 8

手账样品清单 18

新手手账清单 38

自创手账清单 54

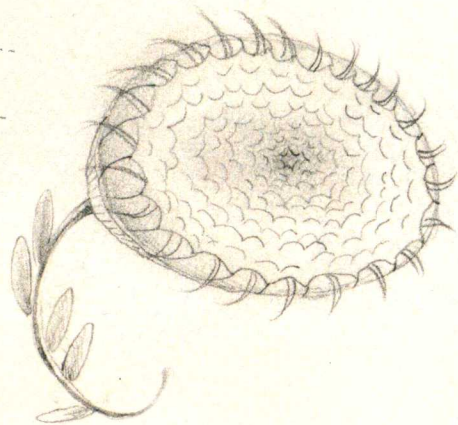
嘉宾清单 76

后续步骤 122

贡献者 134

感谢 137

关于作者 139



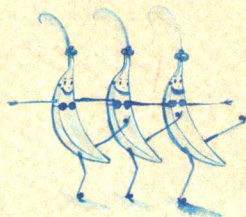
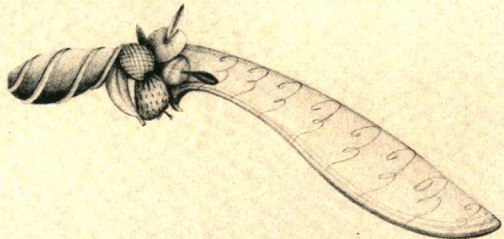
Rainbow







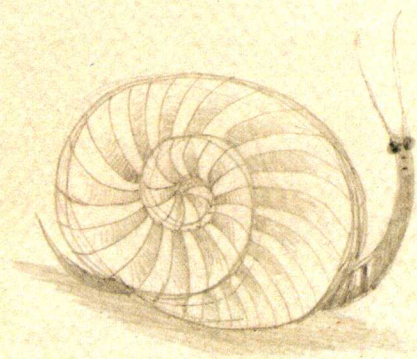




# 介绍

## INTRODUCTION

创意人士是  
如何产生  
奇思妙想的?

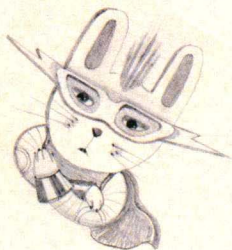
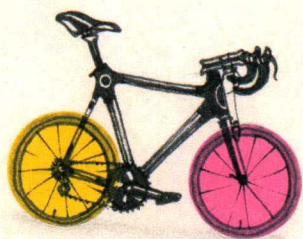




# 欢迎亲爱的艺术家及作家们， 无论你的年龄如何，是初学者还是准备再次出发。

你之所以会打开这本书，或许是想知道如何获取新的灵感，或许是在绘画或写作的过程中遇到了瓶颈。你希望自己的作品更上一层楼，想要寻求突破，于是决心投入更多的时间。这本书对于那些想要开拓自己的创意和潜质的人来说，堪称一场绝妙的冒险。

在我刚成为一名自由插画师的时候，我需要花很多精力才能想出有创意的故事和图画。这是每个新手都会遭遇的困难，而那些我所崇拜的创意达人，却似乎总拥有取之不尽的灵感。我期盼有一天，自己的脑袋里也会有源源不断的好点子喷薄而出。唉，在创意行业打拼了12年，又当了6年大学教师之后，我终于明白，好点子并非唾手可得，也并不和思考的时间成正比。幸运的是，过往的经验还教会我，只要愿意向未知发起挑战，并知道从哪里开始，就永远不会才思枯竭，甚至随时会有惊喜降临。





# 即兴创作基本技法， 及其在写作与绘画中的应用。

对待一张白纸的方法有许多种。白纸是不会用灵感把自己填满的。那么图画来自哪里呢？我的部分创作来自合理的推论和悉心的规划，其他则来自生活经验和日常思考。但是如果毫无灵感呢？如果你的脑子彻底被塞住了怎么办？有时候，闪着白光的纸张仿佛在睁大眼睛瞪着你，似乎无论你做什么都会有辱它的纯洁，在空白的地方填上任何东西都让人觉得怪怪的。此时你就像手足无措的“恐旷症患者”，如同在漫无边际的海洋中游泳。完全的自由反而让人裹足不前。如何在一切皆有可能的情况下，从无到有地进行创作？

即兴演员常常“无中生有”。他们具备很强的临场发挥能力，一登上舞台就知道该如何制造惊喜。他们能一边玩一边想出点子来！但他们是怎么做到的呢？即兴演员要有开放性的思维、乐观的心态，并相信一切皆有可能。最主要的是，他们一开始就给自己制定了“章法”。尽管这看起来与创意思维背道而驰，但是只有给无限可能性设一个范围，才能受到启发并找到完成独特工作的入口。有了章法便有了重点，你想到的不再是模糊的、常规的概念，而是具体的点子。

插画手账清单（II-LIST-ration）是一个看似简单的方法，和即兴游戏差不多，这套方法可以给你提供一个挑战，引导你信马游缰的思绪。这个创意游戏以清单的形式呈现，本书的每一个板块都由一系列清单组成。你们也可以为自己创作一个关于角色、地点或事物的清单。这张清单会为你的绘画带来新鲜的、激动人心的创意。

多多挑战这个游戏，每次你都将从中找到新的灵感。它可以把你从重复性的绘画或写作中拯救出来，激发出你意想不到的新点子，挖掘出你的创作潜力。其效果已经在多名艺术家和画家身上得到了验证，他们都通过这种方法获得了创造性的成果。插画手账清单能帮助你发觉未知的精彩，为你的作品注入新鲜的元素。你不妨将它作为一项日常练习、每周一次的充电，或者必要时的杀手锏。

现在，让我们开始吧！



# 插画手账清单的基本规则

## 选择一张手账清单

本书提供了四类手账清单：样品清单、新手清单、自创清单和嘉宾清单。样品清单是我自己按照这个游戏规则创作的，为了让大家都知道如何开始训练创造思维。新手清单是半完成状态的清单，大家需要根据我提供的线索将剩下的空白项填满。这是为你们之后自己创作清单做的准备。自创清单则完全交给大家自由发挥。如果你在列清单时遇到了问题，可以翻到书后的“参考资源”版块寻找灵感。至于嘉宾清单，我邀请了几位插画家为本书提供一些完整的和未完成的清单，希望你能从中得到启发。

当你开始的时候，第一步就是选择一张自己最有感觉的插画手账清单。本书中的每份清单前都会有一段提示词，你可以根据提示词进行选择。不同的清单会在不同时刻给你启发，所以最好选择一张契合你当下需求的清单。这个不是任务，所以不必非得按照顺序来完成这一张张清单，先从一张未完成的清单做起也不失为一个好办法，由此开启一段创意之旅，尽情享受这个游戏的乐趣吧。

